जाता है। फिर भक्तियोग के द्वारा परमेश्वर श्रीकृष्ण का तत्त्वज्ञान हो सकता है। भक्तियोग का भलीभाँति साधन करने से शुद्ध सत्त्व में स्थित हुआ साधक अपनी क्रियाओं की परिधि में श्रीभगवान् की संन्निधि का अनुभव करने के योग्य हो जाता है। यही विशिष्ट स्थिति सामान्य रूप में 'मुक्ति' कहलाती है।

मुक्ति से सम्बन्धित ऊपर कहे गए सिद्धान्तों का प्रतिपादन करके श्रीभगवान् अर्जुन को अष्टांगयोग (यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान और समाधि) के अभ्यास द्वारा उस स्थिति को प्राप्त करने की विधि का उपदेश कर रहे हैं। योगतत्त्व का विशद वर्णन छठे अध्याय में है; पाँचवें के अन्त में उसकी केवल अवतारणा है। योग की प्रत्याहार पद्धति के द्वारा शब्द, स्पर्श, रूप, रस तथा गंध—इन इन्द्रियविषयों को त्यागकर तथा चक्षुदृष्टि को भृकुटी के मध्य में स्थिर करके अर्धमीलित नेत्रों से नासाग्र पर ध्यान लगाना चाहिए। नेत्रों को पूरा बन्द नहीं करे, क्योंकि ऐसा करने पर निद्राग्रस्त हो जाने का भय रहता है। नेत्रों को पूरा खुला भी नहीं रखे। इससे इन्द्रियविषयों की ओर आकृष्ट हो जाने की सम्भावना रहेगी। नासिका के भीतर प्राण-अपान को समान करके श्वास-प्रक्रिया को रोका जाता है। इस योग के अभ्यास से इन्द्रियों को वश में करने और इन्द्रियविषयों को त्यागने की सामर्थ्य प्राप्त होती है। परिणाम में साधक मुक्ति के योग्य हो जाता है।

यह योगपद्धति सब प्रकार के भय, क्रोधादि से मुक्त करके शुद्ध सत्त्वमय स्थिति में परमात्मा की अनुभूति करने में सहायक है। भाव यह है कि योगचर्या की सबसे सुगम पद्धति कृष्णभावनामृत ही है। अगले अध्याय में इसका पूर्णरूप में प्रतिपादन किया जायगा। कृष्णभावनाभावित पुरुष भक्तियोग में नित्य संलग्न रहता है जिससे उसकी इन्द्रियों के लिए अन्यथा प्रवृत्त होना सम्भव नहीं रह जाता। अतएव अष्टांगयोग की अपेक्षा यह इन्द्रियों को वश में करने का अधिक उत्तम मार्ग है।

भोक्तारं यज्ञतपसां सर्वलोकमहेश्वरम्।
सुहृदं सर्वभूतानां ज्ञात्वा मां शान्तिमृच्छति।।२९।।

2064

भोक्तारम्=भोगने वाला; **यज्ञ**=यज्ञ; **तपसाम्**=तप-त्याग का; **सर्वलोक**=सम्पूर्ण लोकों और उनमें स्थित देवों का; **महेश्वरम्**=परमेश्वर; **सुहृदम्**=स्वार्थरहित प्रेमी; **सर्व**=सब; **भूतानाम्**=प्राणियों का; **ज्ञात्वा**=इस प्रकार जानकर; **माम्**=मुझ (श्रीकृष्ण) को; **शान्तिम्**=प्राकृत यन्त्रणा से मुक्ति को; **ऋच्छति**=प्राप्त होता है।

अनुवाद

मुझे सम्पूर्ण यज्ञ-तप का परम प्रयोजन (भोक्ता), सम्पूर्ण लोकों और देवताओं का परमेश्वर तथा प्राणीमात्र का सुहृद जानकर ऋषिजन संसार के दुःखों से शान्ति-लाभ करते हैं।।२९।।

तात्पर्य

माया के आधीन सभी बद्धजीव प्राकत-जगत् में शान्ति के लिए आतुर हैं,